



### **Лапта — русская народная спортивная игра.**

В лапту играть может каждый желающий, достаточно собрать команду и приобрести биты и мяч. Это командная игра, в которой участвует 2 команды. Основная задача — ввести мяч в игру ударом биты, перебежать поле и вернуться обратно, оставшись не осаленным противником. Каждая удачная пробежка приносит команде баллы и приближает ее к желаемой победе.

#### **История**

Первые упоминания о лапте были найдены в древних летописях, а первые "доказательства" популярности — бита и мяч — были обнаружены при проведении раскопок в Великом Новгороде в слоях 12-14 вв. Как позднее рассказали исследователи, мячи для игры были сшиты из кожи и набиты конским волосом, мхом или шерстью, а биты по форме отдаленно напоминали лопату.

По мнению советского исследователя М. Ф. Литвиновой, лапта получила свое название как раз из-за используемой биты, которая была похожа на лопатку. Другая версия происхождения названия утверждает, что в древних временах лаптой именовали мячик. Но командная игра также имела другие названия и разновидности, о которых упоминалось в различных источниках: "битка", "шибка", "сговорка", "матки на выкуп", "хлопта", "тулуфбози", "кошамаран", "шара", "уральский мяч" и игра "в беглые".

Стоит отметить, что командные игры с мячом были популярны не только у славян. Примерно в одно время с лаптой англичане начали играть в "rounders", которую можно назвать английским вариантом русской игры. В дальнейшем ее основы были использованы в американском бейсболе, а в переходный период от средних веков к новому времени появился английский крикет, немецкий шлагбал, румынская ойна, кубинская пелота и др. К 1909 году, как указывал антрополог П. Ф. Лесгафт, существовали разные варианты лапты, включающие американскую, французскую, итальянскую и швейцарскую. В них играли по всему миру.

Постепенно лапта стала приравняться к виду спортивной подготовки. Существует предположение, что во времена правления Петра I она была включена в программу

подготовки солдат, хотя этот факт является исторически не доказанным. Известно одно, что сам император любил игру с самого детства. Подтверждено, что в лапту упражнялись военнотружущие и ученики народных школ на рубеже 19-20 вв. В начале 20 века игра действительно была способом физподготовки бойцов Красной Армии, а в середине этого же столетия стали проводиться первые официальные соревнования по русской лапте. Примечательно, что в СССР лапта была одним из элементов воспитания советского гражданина. Это стало поводом для разработки Высшим советом по физической культуре (ВСФК) единых правил по лапте и повсеместного распространения игры.

К 1960-1970 гг турниры по лапте перестали проводиться и возобновились лишь в 1986 году после Постановления Госкомспорта "О развитии бейсбола, софтбола и русской лапты". В 1990 году в Ростове состоялся первый официальный чемпионат по лапте среди мужских команд, в 1994 году игра была включена в Единую Всероссийскую спортивную классификацию, а в 1995 году были изменены правила проведения соревнований. Так, в 1996 году была организована Межрегиональная федерация лапты, которая в 2003 году стала именоваться Федерацией русской лапты в России, включающей в себя 46 региональных отделений. Со временем у лапты появились официальные правила, были разработаны судейские регламенты и создана научно-методическая база.

### **Варианты игры**

Существует несколько десятков вариантов игры в лапту. Наиболее известными считаются:

1. Простая (большая) — игра проводится на большой площадке.
2. Круговая — проводится с малым мячом в спортивном зале, на полу которого рисуются отметки для положения команд.
3. Лапта с городками — дополнительно рисуются столбики ("городки"), в котором при беге по всему кругу должен побывать игрок, коснувшись каждого "городка" рукой.
4. "Ножная" лапта — вариант, где ударять по мячу нужно не битой, а ногой с разбега.
5. Мини-лапта — игра, в которой участвуют команды не из 10-12, а из 5 человек.
6. Лапта через сетку — игра, в которой площадка разделяется сеткой.
7. Пионерская — аналогична предыдущему варианту, только при этом используется теннисный мяч, а в руках каждого участника должны быть ракетки для настольного тенниса. Пионерская лапта совмещает в себе правила игры в теннис и волейбол, исключая необходимую пробежку во время подачи мяча.

Во всех разновидностях принимают участие 2 команды: одна нападающая, вторая — "водящая".

Несмотря на разнообразие вариантов игры в лапту, необходимо изучить правила классической большой лапты. Они достаточно просты и будут понятны как детям, так и взрослым. (см. Приложение 1)

### **Площадка**

Игра проводится на большом прямоугольном игровом поле 25-40 м в ширину и 40-55 м в длину. Желательно играть на траве, хотя эта рекомендация опциональна. Площадка делится

на 2 зоны: одна называется город (дом), с которого вводится мяч в игру, другая — кон. Между зонами располагается поле, ограниченное боковыми линиями. Штрафная линия проводится в 10 м от города, а между ними находится штрафная зона, которая необходима для определения правильности удара: если мяч попал в штрафную зону, удар не засчитывается.

Дополнительно город делится на 3 части: пригород, место подающего и площадка очередности. В пригород определяются игроки, ожидающие начала перебежки после подачи мяча, а также участники, не начавшие перебежку или неудачно подавшие мяч. На месте подающего стоит спортсмен, который вводит мяч в игру и может начать перебежку после удара. На площадке очередности стоят участники, ожидающие своей очереди сделать удар и подать мяч.

### **Мяч и бита**

Для лапты используется обычный теннисный или резиновый мячик. Для подачи используется деревянная лапта (бита), длина которой должна быть в пределах 60-120 см, а диаметр не превышать 5 см. Допустимо каждому игроку использовать индивидуальную биту. Для детей рекомендуется использовать плоскую лапту длиной в 80 см и шириной в 6 см.

### **Состав команды**

Каждая команда должна состоять из 10 участников. Один из них назначается капитаном путем жеребьевки, 5 остальных игроков находятся на поле или в городе, 4 остаются на замену.

### **Расположение игроков**

Жребием определяется команда, которая будет играть роль защитника на поле. Другой автоматически назначается статус нападающей, после чего она отправляется в зону города. Защитников расставляет капитан вдоль штрафной линии и линии кона, чтобы они смогли как можно быстрее поймать мяч и осалить подающего игрока. Нападающие выстраиваются за линией города на месте очередности, один из них подает мяч в игру и отправляется на перебежку, стараясь остаться не осаленным.

### **Судейство**

В судейскую бригаду входит старший судья, линейный судья и секретарь. Старший судья проверяет и утверждает площадку, снаряжение и экипировку игроков, проводит жеребьевку команд и определяет капитана команды, дает команды о начале и окончании тайма/игры. Также старший судья имеет право отменить решение линейного судьи и внимательно следит за ходом игры, неся ответственность за любое действие каждого участника.

Линейный судья подписывает протокол встречи, следит за ходом игры и подает сигналами с помощью жестов о действиях участников старшему судье. Секретарь ведет всю документацию, контролирует замены в игре, подает сигналы старшему судье, когда мяч попадает в аут, подсчитывает очки, внося их в протокол. По окончании игры подписывает протокол и передает ему старшему судье.

### **Продолжительность игры**

Игра состоит из 2 таймов по 20 минут каждый с пятиминутным перерывом между ними. При этом судья строго следит за длительностью и ходом игры, компенсируя потерянное время в ходе затянутых игроками пауз, перерывов при транспортировке травмированных участников и по другим случаям.

### **Подача и удары по мячу**

Начинает игру команда нападающих, находящихся в зоне города. Подает мяч один игрок, отбивает его тот, у кого в руках бита. В течение подачи разрешено 2 попытки. После того, как мяч окажется в игре, судья дает право на начало перебежки остальным игрокам нападения. Если у подающих участников не получилось ввести мяч в игру, то он переходит в зону пригорода, где ожидает подачи от другого нападающего. Игрок, на которого перешла очередь подавать или отбивать мяч, может отказаться от этой попытки. Если ни один нападающий не подал мяч, команды меняются сторонами без борьбы.

### **Ввод мяча в игру**

Удар засчитывается в любых случаях после его подачи ударом биты, за исключением 2 моментов:

если мяч коснулся штрафной зоны;

если мяч коснулся перелетел за боковые линии площадки и коснулся земли.

Причем, если мяч коснулся поля, но после вылетел за боковую линию, или задел другого игрока удар также засчитывается.

### **Возвращение мяча в дом**

Если защитники не могут осалить нападающих игроков, они возвращают мяч в зону дома, после чего он автоматически находится вне игры и возвращается в нее только после ударом биты. Команда, чей игрок последним дотронулся до мяча, становится в зону защиты, другая — в зону **нападения**.

### **Перебежки**

После ввода мяча в игру нападающие начинают перебежку. Начать перебежку могут только игроки, которые подавали мяч: бьющий перебегает с площадки подающего, остальные — с зоны пригорода. Остальные игроки не имеют права начинать перебежку. Перебежка длится до момента, пока мяч снова не вернется в зону дома. Участники, которые успели вернуться в зону города, получают право на следующий удар, становясь в очередь за другими игроками.

### **Осаливание**

С целью осаливания защитники перемещаются по полю в любом направлении, пасуя друг другу мяч. Нападающий считается осаленным, если в момент выполнения пробежки его коснулся мяч. После осаливания игроки защиты убегают за линию города или кона, чтобы не получить ответного осаливания от "пострадавших" игроков. Причем ответные осаливания могут продолжаться до момента, пока последний защитник не достигнет линии города или кона. Участники могут помогать друг другу в осаливании и переосаливании. Самое главное, чтобы количество игроков каждой команды не превышало 6.

### **Самоосаливание**

Самоосаливание засчитывается судьей как нарушение правил, при котором нападающий начал перебежку и возвратился за линию дома или кона, а также в случае забега за боковую линию или заступа на нее. При самоосаливании игрок защиты, у которого находится мяч, кладет его в пределах поля и покидает площадку, уходя за линию дома или кона вместе с остальными участниками.

### **Очки**

Если защитник поймал мяч с лета ("свечу") в пределах поля или вне его, команде присуждается одно очко. Команда нападающих получает 2 очка, если игрок нападения совершил полную перебежку, оставшись не осаленным или успевшим выполнить пробег до осаливания другого участника.

### **Результат игры**

Победителем становится команда, набравшая большее количество очков в ходе игры. Если в процессе игры у одной из команд на площадке остается меньше 4 игроков, то ей засчитывается поражение.

### **Инвентарь и экипировка**

Лапта — бюджетная игра, которая не требует особенной экипировки игроков. Для проведения матча самое главное — ровная и большая площадка. В качестве инвентаря используется лишь длинная бита и теннисный или резиновый мяч. Что касается формы, можно играть в стандартной спортивной форме или приобрести отдельные комплекты для участников. Главное, чтобы она различалась по цвету у каждой команды.

### **Турниры**

Ежегодно в России проводится множество турниров по большой лапте между спортсменами различных возрастов, среди которых можно выделить:

Межрегиональные и всероссийские соревнования;

Кубок России;

Первенство России;

Чемпионат России.

Кроме того, активно организуются турниры по мини-лапте, в которых принимают участие как юные спортсмены, так и профессиональные лаптисты.

## Правила игры классической большой Лопты

В лопту играют две команды по 6 человек.

Цель одной команды, находящейся в "городе", совершить как можно больше перебежек за линию "кона" и обратно.

Делать перебежку можно после выполнения правильного удара битой по мячу.

Каждая такая перебежка приносит команде **2 очка**, выполнение ударов производится игроками "города" поочередно из зоны удара.

Один игрок выполняет удар, другой игрок этой же команды подбрасывает ему мяч. Подбрасывающим может быть любой из шести игроков команды.

**На удар дается две попытки.**

Если одна из двух попыток была правильной, пробивший игрок имеет право на перебежку, а может дожидаться ударов следующих игроков в зоне перебежки.

Игрок, выполнивший неправильный удар, имеет право бежать только после правильного удара одного из последующих игроков.

Игрок, совершивший перебежку за линию «кона», может там остаться и возвратиться обратно после одного из последующих ударов.

Удар считается правильным, если мяч вышел за пределы штрафной зоны, но не пересёк боковых линий по воздуху.

Мяч, попавший в площадку за штрафной линией и отскочивший за пределы поля, а так же вылетевший за линию «кона» считается правильным.

Вторая команда располагается в «поле».

Её цель - не дать сопернику выполнить перебежку и как можно скорее занять «город». Сделать это можно при помощи «осаливания» /попадания/ мячом в любую часть тела бегущего, **без отскока от земли**, при этом **мяч должен быть выпущен из руки**.

До удара игроки «поля» могут находиться в любом месте площадки, кроме штрафной зоны.

После удара имеют право двигаться в любом направлении, а так же передавать мяч друг другу для «осаливания».

«Осалив» соперника игроки «поля» должны занять «город», «осаленные» могут отыгаться.

Отыгаться можно неограниченное количество раз, пока все игроки одной из команд не окажутся за линией «города» или «кона».

Игроки «поля» могут набирать очки, ловя мяч с воздуха («свеча»).

**«Свеча»- одно очко.**

Игра состоит из двух таймов по 15-30 минут в зависимости от возраста игроков. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

Можно:

- Каждый игрок команды «города» получает право на следующий удар каждый раз после того, как сбегает за линию «кона» и вернется в «город».
- Совершать перебежки после хорошего удара по мячу могут сразу несколько игроков.

- Для обратных перебежек с линии «кона» до «города» игроки могут дожидаться наиболее благоприятного момента при удачном ударе по мячу их товарищем по команде.
- Игроки команды «поля» имеют право бегать с мячом по всему полю и перебрасывать мяч один другому.

### **Смена команд без борьбы**

Она производится в тех случаях, когда:

1. У бьющей команды не осталось игрока с правом на удар.
  2. Бьющий наступает на линию города или какую-то другую (т.е. выходит за пределы зоны бьющего) в момент самого удара или попытки.
  3. Кто-либо из игроков города наступает на линии, ограничивающие зоны, или заступает за них в момент удара или попытки.
  4. В момент удара кто-либо из игроков находится не в своей зоне:
    - а) уже бивший игрок в зоне очередности, а не в зоне бегущих;
    - б) в поле, после смены команд без борьбы или еще не завершив перебежку;
  5. Во время удара лапта вылетела в поле из рук бьющего.
  6. Игрок бьющих, начав перебежку, оставил лапту (биту) в поле, а не в городе. Если бита касается линии города, то считается, что она оставлена в нем.
  7. Игрок бьющих, ожидающий удачного удара своего партнера (в пригороде), выбежал на поле не из пригорода, а из любой другой зоны, или до удара по мячу.
  8. Игрок бьющих при перебежке выбежал за боковую линию поля, или наступил на нее.
  9. Игрок бьющих, начав перебежку, возвратился обратно за линию города или кона (или наступил на нее).
  10. Команда бьющих получила штрафное очко.
  11. В команде бьющих во время игры (в игровых зонах) оказалось более шести игроков.
- Смена команд должна производиться быстро (бегом).
- При этом игроки, занявшие город, сразу, не дожидаясь, пока водящие займут места в поле, начинают выполнять удар.

### Нельзя:

Игрокам команды «поля» запрещается мешать перебегающим.

Перебегающим игрокам запрещается пересекать боковые линии площадки.

### Площадка

Площадка для игры в русскую лапту представляет собой прямоугольник шириной 25-35 м и длиной 40-50 м в зависимости от возраста игроков.

### Линии:

Линия города, штрафная линия, линия кона.

На расстоянии 1,5 м от линии «города», с правой стороны площадки, чертится линия «пригорода» (штрафная) длиной 3 м.

По концам линий, отмечающим «город», «кон» и «пригород», ставится по флажку.

### Зоны:

Зона очередности, зона удара/ 5 м /, зона перебежки, штрафная зона /10 м /.

Зоны очередности могут быть оборудованы скамейками

Ширина "города"- 5м.

### Бита

Бита для удара должна быть цельной и деревянной. Длина 60-110см, диаметр в широкой части не более 5см, в узкой части не менее 3см. Конец рукоятки должен иметь утолщение.

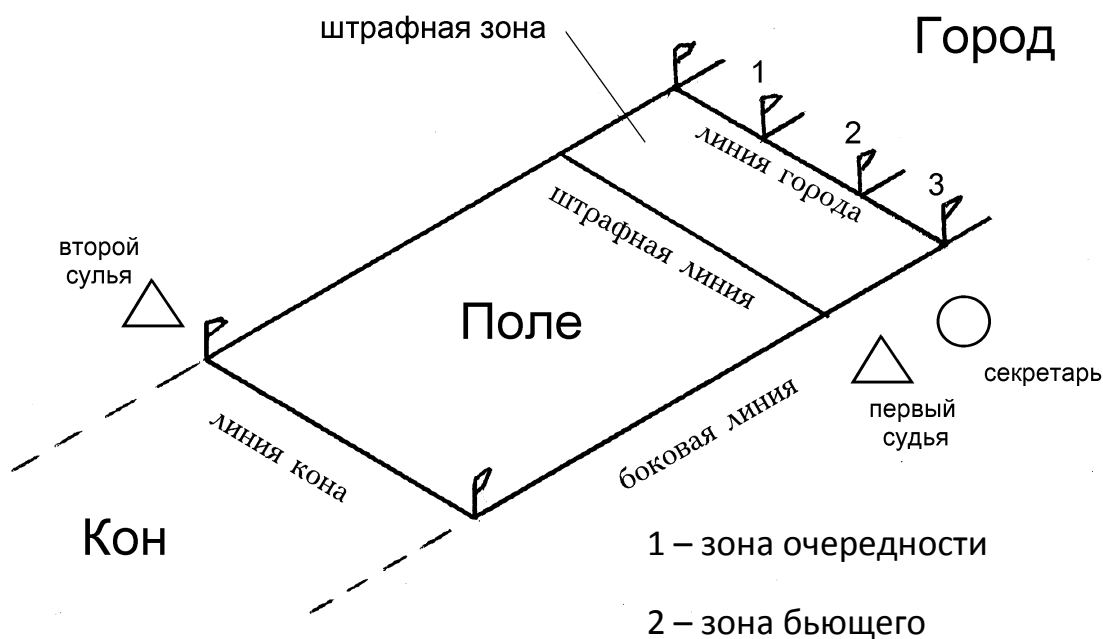
Конфигурации бит могут быть различными.

В игре используется мяч для игры в большой теннис, а так же аналогичные резиновые и другие мячи, длина окружности которых 20 см, а вес до 60 г.

### Площадка для игры

Она состоит из игрового поля и примыкающих к нему города и кона. Город разделен на 3 равные зоны: очередности, бьющего и бегущих (пригород). В поле выделяют штрафную зону, в которой не должно быть игроков в момент удара по мячу.

В случае если в зону бьющего попадают футбольные ворота, которые препятствуют удару, то ее разрешается перенести в сторону зоны бегущих. Поле прямоугольной формы должно быть ровным и может иметь любое покрытие.



Размеры поля для игроков 14 лет и старше (9-11 классы) — 50-60 x 30-40 м, штрафная линия на расстоянии 12–15 м от линии города.

Для игроков 10–13 лет (5–8 классы) — 30-40 x 15-20 м, штрафная — 6–9 м.

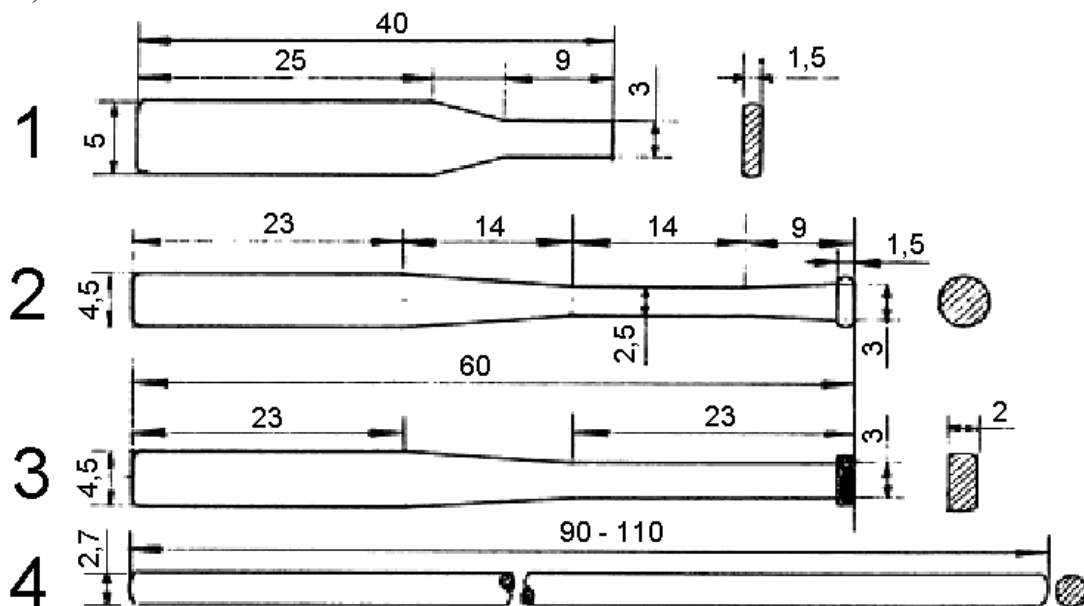
Для игроков 9 лет (3–4 классы) — 18 x 11 м (спортзал), штрафная — дуга радиусом 6 м.

Глубина зон города и кона — 3–5 м. Ширина линий — 4–5 см.

### 4. Инвентарь и оборудование



Лапта (палка-бита) — выполнена из дерева, ее размеры и форма зависят от возраста участников: для игроков 9–11 лет (3–6 классы) — бита № 1; для игроков 12–13 лет (7–8 классы) — бита № 2.



Для игры в условиях школы и для тренировки игроков 12–13 лет — бита № 3.

Для игроков 14 лет и старше — бита № 4.

Для игр в спортивном зале всех возрастных групп (до 14 лет) — бита № 1.

Игроки 14 лет и старше используют кусок шланга длиной 40 см и  $\varnothing$  2,5–3 см.

В игре от начала и до конца всеми игроками обеих команд используется одна бита. Замена ее осуществляется только в случае неисправности. До начала игры первый судья проверяет соответствие биты правилам соревнований, а во время игры контролирует ее исправность.

Для методической разработки учебного материала учителем физической культуры Емельяновой Л.В. использован сайт Интернет